



Gemeinsames Frühstück mit Vortrag

«Der Darm, unser Superheld oder nur ein launischer Mitbewohner?»

Samstag, 2. März 2024

9.00 Uhr, Gemeindesaal Ruggell



gemeinderuggell



gamprinbendern



schellenberg
meine gemeinde

Herzliche Einladung

Einfach mal länger liegen bleiben, aber trotzdem ein feines Frühstück gemeinsam geniessen dürfen. Am **Samstag, 2. März 2024**, tischt die Gesundheitskommission Ruggell-Gamprin-Schellenberg gross auf, damit kein kulinarischer Wunsch aus regionalen Zutaten unerfüllt bleibt. Wie wichtig der Darm nicht nur für die Verdauung, sondern generell für unsere Gesundheit ist, erfahrt Ihr in einem spannenden **Vortrag von Ernährungs- und Lifestylecoach Mireille Wagner**.

Willkommen sind Jung und Alt.

Ort	Gemeindesaal Ruggell
Datum und Zeit	Samstag, 2. März um 9 Uhr
Unkostenbeitrag	CHF 15 pro erwachsene Person
Vortrag	Mireille Wagner
Thema	«Der Darm, unser Superheld oder nur ein launischer Mitbewohner?»

Für Interessierte führen wir im Anschluss an den Vortrag einen **Workshop zum Thema Fermentation** durch.

Wir bitten um Anmeldung bis spätestens 20. Februar 2024 an:

Gemeinde Ruggell

Poststrasse 1, 9491 Ruggell

Telefon: +423 377 49 20

E-Mail: info@ruggell.li

Auf Eure Teilnahme freut sich die Gesundheitskommission Ruggell-Gamprin-Schellenberg.